

**KHASIAT BUAH KURMA BAGI IBU BERSALIN DALAM  
ALQURAN**

(Studi Analisis Surah Maryam Ayat 25 Perspektif Mustofa Al-  
Maraghi)

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian  
Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag) dalam Program  
Studi Ilmu Alquran dan Tafsir



Oleh :  
**MUYASSAROH**  
**(E03215035)**

**PROGRAM STUDI ILMU ALQURAN DAN TAFSIR**  
**FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA**

**2020**

## PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Muyassaroh

NIM : E03215035

Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Surabaya, 23 Juni 2020

Saya yang menyatakan,



Muyassaroh

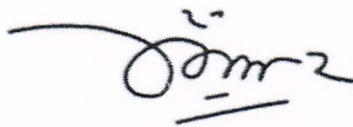
E03215035

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi berjudul “Khasiat Buah Kurma Bagi Ibu Bersalin Dalam Alquran (Studi Analisis Surah Maryam Ayat 25 Perspektif Mustofa Al-Maraghi)” yang ditulis oleh **Muyassaroh** ini telah disetujui pada tanggal 15 Juni 2020

Surabaya, 15 Juni 2020

Pembimbing,


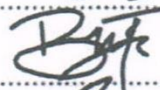
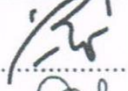
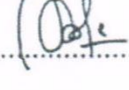


Dr. Hj. Iffah, M.Ag  
NIP. 196907132000032001

## PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi berjudul “**Khasiat Buah Kurma Bagi Ibu Bersalin Dalam Alquran**  
(Studi Analisis Surah Maryam Ayat 25 Perspektif Mustofa Al-Maraghi)” yang  
ditulis oleh **Muyassaroh** ini telah diuji di depan Tim Penguji pada tanggal 25 Juni  
2020

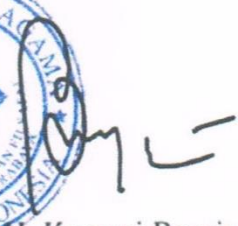
Tim Penguji:

- |                             |             |   |
|-----------------------------|-------------|---|
| 1. Dr. Hj. Iffah, M.Ag      | (Penguji 1) | :     |
| 2. Budi Ichwayudi, M.Fil.I  | (Penguji 2) | :     |
| 3. Dr. Hj. Musyarrofah, MHI | (Penguji 3) | :   |
| 4. Dr. Abu Bakar, M.Ag      | (Penguji 4) | :  |

Surabaya, 3 Juli 2020

Dekan,



  
Dr. H. Kunawi Basyir, M.Ag.

NIP. 1964091819922031002



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA**  
**PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Muyassaroh  
NIM : E03215035  
Fakultas/Jurusan : Ushuluddin dan Filsafat/Ilmu Alquran dan Tafsir  
E-mail address : muyassaroh28@gmail.com

☒ pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)  
yang berjudul :

Khasiat Buah Kurma Bagi Ibu Bersalin Dalam Alquran

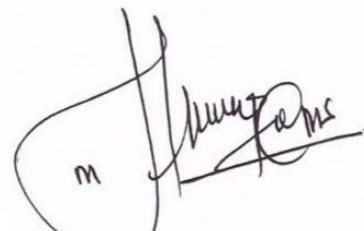
(Studi Analisis Surah Maryam Ayat 25 Perspektif Mustafa Al-Maraghi)

Beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 14 Agustus 2020

  
Muyassaroh





## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
KHASIAT BUAH KURMA BAGI IBU BERSALIN DALAM ALQURAN (Studi Analisis Surah Maryam Ayat 25 Perspektif Mustafa Al-Maraghi) .....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA .....	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iv
PENGESAHAN SKRIPSI .....	v
MOTTO .....	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
ABSTRAK .....	x
KATA PENGANTAR .....	xi
DAFTAR ISI.....	xiv
PEDOMAN TRANSLITERASI .....	xvii
<b>BAB I : PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Batasan Masalah dan Identifikasi .....	11
C. Rumusan Masalah.....	12
D. Tujuan Penelitian .....	13
E. Manfaat Penelitian .....	13
F. Kerangka Teoritik .....	14
G. Telaah Pustaka .....	16

H. Metodologi Penelitian .....	19
1. Metode Penelitian .....	20
2. Pendekatan Penelitian .....	21
3. Teori Penelitian .....	22
4. Sumber Data .....	23
5. Metode Pengumpulan Data .....	23
6. Metode Analisis Data .....	24
I. Sistematika Pembahasan .....	25
 <b>BAB II : IBU HAMIL DAN KEISTIMEWAAN BUAH KURMA .....</b>	<b>27</b>
A. Kebutuhan Gizi Ibu Hamil .....	27
B. Persiapan dan Tanda-Tanda Melahirkan .....	34
C. Keistimewaan Buah Kurma .....	39
1. Kandungan Gizi Buah Kurma .....	43
2. Khasiat Buah Kurma .....	48
 <b>BAB III : PENAFSIRAN QS. MARYAM AYAT 25 PERSPEKTIF</b>	
<b>MUSTAFA AL-MARAGHI .....</b>	<b>60</b>
A. Mengenal Mustafa al-Maraghi dan Karya Tafsirnya .....	60
1. Tapak Tilas Biografi Mustafa al-Maraghi dan Karyanya .....	60
2. Karakteristik Kitab Tafsir al-Maraghi .....	63
B. Penafsiran QS. Maryam Ayat 25 Perspektif Mustafa al-Maraghi .....	72





# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Allah SWT telah memberikan makanan dan minuman bagi seluruh makhluk-Nya di langit maupun di bumi. Dari sekian banyak jenis makanan dan minuman di muka bumi ini, Allah telah memberikan aturan kepada manusia, baik di dalam Alquran maupun Hadist agar manusia mengkonsumsi makanan atau minuman yang halal dan baik bagi tubuh dan meninggalkan makanan atau minuman yang haram dan buruk bagi tubuh.

Allah Ta'ala berfirman dalam Kalam-Nya:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِن كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ<sup>3</sup>

Wahai orang-orang yang beriman, makanlah dari rezki yang baik-baik yang Kami berikan kepadamu dan hendaklah kalian bersyukur kepada Allah, jika kalian benar-benar menyembah kepada-Nya.

Teks pada ayat di atas memberikan pemahaman bahwa Allah SWT menganjurkan manusia untuk mengkonsumsi makanan yang baik-baik dan halal. Sebab makanan merupakan salah satu dari sekian banyak kebutuhan mendasar bagi manusia. Hal tersebut dikarenakan memiliki dampak baik bagi eksistensi dan ketahanan hidup. Manusia membutuhkan energi untuk menjamin keberlangsungan hidup. Sedangkan energi yang dibutuhkan diperoleh dari makanan yang memiliki kandungan berbagai kimia murni, dalam dunia

---

<sup>3</sup>Al-Qur'an, 1:172.

kesehatan dikenal dengan zat gizi (nutrisi). Tubuh membutuhkan zat gizi (nutrisi) dalam jumlah yang memadai sebagai fungsi untuk pertumbuhan, perkembangan, dan kebugaran. Nutrisi digolongkan ke dalam enam kelompok utama, berupa karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, dan air.<sup>4</sup>

Makanan bergizi merupakan sesuatu yang esensial bagi pemeliharaan kesehatan tubuh. Ada banyak jenis makanan yang tumbuh subur di muka bumi ini, mulai dari sayur-sayuran, biji-bijian, umbi-umbian, dan buah-buahan, semuanya memiliki beragam zat gizi (nutrisi) serta khasiat yang berbeda-beda bagi tubuh. Ada yang berkhasiat untuk kesehatan jantung, kesehatan mata, melancarkan buang air besar serta khasiat lainnya. Banyak sekali bahkan tidak terhitung jumlahnya berbagai macam makanan untuk dikonsumsi yang telah dikaruniakan oleh Allah SWT kepada manusia untuk dikonsumsi, diantara ragam makanan tersebut adalah buah.

Sebagaimana yang termaktub dalam Alquran:

أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجْنَا بِهِ ثَمَرَاتٍ مُخْتَلِفًا أَلْوَانُهَا وَمِنَ الْجِبَالِ جُدَدٌ بَيَضٌ  
وَمُحْمَرٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهَا وَغَرَابِيبُ سُودٍ<sup>5</sup>

Tidakkah engkau melihat bahwa Allah menurunkan air dari langit lalu dengan air itu Kami hasilkan buah-buahan yang beraneka macam jenisnya. Dan di antara gunung-gunung itu ada garis-garis putih dan merah yang beraneka macam warnanya dan ada (pula) yang hitam pekat.

<sup>4</sup>Liva Maita dkk., *Gizi Kesehatan Pada Masa Reproduksi*, (Yogyakarta: Deepublish, 2019), 1-2.

<sup>5</sup>Al-Qur'an, 35:27.

Sebagaimana pendapat yang terdapat dalam jurnal mutawahir karya Zunli Nadia yang menyatakan bahwa Alquran memberikan petunjuk kepada umatnya melalui beragam cara, salah satunya adalah dengan menggunakan bahasa narasi atau kisah yang digambarkan dari peristiwa umat terdahulu. Ada sekitar 1600 ayat memuat kisah tentang para Nabi, disamping juga ayat-ayat lain dengan beraneka ragam kisah seperti kisah orang bijak, dan cerita tentang peristiwa kejadian Maryam yang hendak melahirkan Nabi Isa as merupakan salah satu

<sup>7</sup>Muhaimin Iqbal, "Buah Dalam Al-Quran", <https://www.hidayatullah.com/kolom/ilahiyah-finance/read/2016/01/23/87905/buah-dalam-al-quran.html>, (Diakses 1 November 2019).

cerita yang istimewa bahkan diabadikan dalam al-quran dimana salah satu hikmahnya berupa penyampaian bahwa kurma memiliki manfaat yang sangat luar biasa saat dikonsumsi oleh wanita hamil sebagaimana penafsiran para mufasssir terkait surat maryam khususnya tafsir imam al-maraghi.<sup>8</sup>

Dalam Alquran terdapat jenis buah yang disebutkan untuk dikonsumsi karena khasiatnya bagi tubuh manusia, masing-masing buah tersebut memiliki khasiat berbeda. Setidaknya ada enam jenis buah yang termaktub dalam Alquran, yakni buah pisang<sup>9</sup>, buah delima<sup>10</sup>, buah anggur<sup>11</sup>, buah zaitun<sup>12</sup>, buah tin<sup>13</sup>, dan buah kurma<sup>14</sup>.

Sebagaimana firman Allah Ta'ala:

وَفِي الْأَرْضِ قِطْعٌ مُتَجَاوِرَاتٌ وَجَنَّاتٌ مِّنْ أَعْنَابٍ وَزَرْعٌ وَنَخِيلٌ صِنْوَانٌ وَعَدِيدٌ صِنْوَانٍ يُسْقَى  
بِمَاءٍ وَاحِدٍ وَنُفِضَ لِّبَعْضِهَا عَلَى بَعْضٍ فِي الْأَكْلِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ<sup>15</sup>

Dan di bumi ini terdapat bagian-bagian yang berdampingan, dan kebun-kebun anggur, tanaman-tanaman dan pohon kurma yang bercabang dan yang tidak bercabang, disirami dengan air yang sama. Kami melebihkan sebagian yang lain tentang rasanya. Sesungguhnya pada yang demikian itu terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berfikir.

<sup>8</sup>Zunli Nadia, "Telaah Struktural Hermeneutika Kisah Nabi Ibrahim Dalam Alquran." *Mutawatir Jurnal Keilmuan Tafsir Hadith*, vol. 10, no. 1 (2020).

<sup>9</sup>Buah pisang disebutkan sekali di Alquran, yaitu dalam surat Al-Waqi'ah/56:29.

<sup>10</sup>Alquran menyebut 3 kali buah delima dalam 2 surat.

<sup>11</sup>Buah anggur disebutkan dalam Alquran sebanyak 14 kali, yang tersebar di 12 surat.

<sup>12</sup>Buah zaitun disebutkan dalam Alquran sebanyak 7 kali, yang tersebar di 6 surat.

<sup>13</sup>Sama halnya buah pisang, buah tin juga disebutkan sekali dalam Alquran pada surat At-Tin/95:1.

<sup>14</sup>Buah kurma adalah buah yang disebutkan paling banyak dalam Alquran diantara buah-buah yang lain, dengan penyebutan 23 kali yang tersebar di 17 surat.

<sup>15</sup>Al-Qur'an, 13:4.

Dalam kitab tafsir *Al-Tafsiru Al-Muyassaru*, ayat tersebut ditafsirkan dengan “Terdapat bagian-bagian yang berdampingan di bumi, dimasing-masing bagian tempat tersebut terdapat kebun-kebun anggur, tanaman-tanaman pokok, pohon kurma yang banyak mulai dari yang bercabang serta pohon kutrma yang tidak bercabang. Pohon dan tanaman pada kebun-kebun tersebut disirami dengan air yang sama namun Kami memberikan perbedaan dari sebagian yang didalam kebun tersebut dari sebagian yang lain dari segi rasa serta khasiat-khasiatnya, meskipun pohon-pohon tersebut bersebelahan serta disiram dengan air yang sama. Sesungguhnya hal demikian tersebut merupakan bukti-bukti dan tanda-tanda bagi manusia yang berakal, karena mereka merupakan hamba yang mengambil faedah dari kejadian tersebut”.<sup>16</sup>

Penyebutan beberapa buah dalam Alquran tentu bukan sebatas penyebutan belaka melainkan karena ada beberapa keistimewaan dalam buah tersebut diantara buah-buah yang lain yang tidak disebutkan di dalam Alquran, baik itu dari khasiat ataupun sejarah eksistensi buah tersebut. Sehingga mengkonsumsi buah tersebut menjadi suatu hal yang istimewa dan memiliki dampak yang istimewa pula.

Salah satunya, dengan mengkonsumsi buah kurma. Buah khas Timur Tengah yang menawarkan cita rasa lezat, legit dan tahan lama. Mengkonsumsi buah kurma memiliki khasiat yang sangat luar biasa dan juga menjadi bagian dari ibadah sunnah. Sebagai makanan yang bermanfaat, tidak heran jika buah kurma menjadi salah satu santapan keseharian Nabi. Seperti yang dicontohkan dan

---

<sup>16</sup>Aidh bin Abdullah al-Qarni, *Al-Tafsiru Al-Muyassaru* jilid I, ter. Tim Penerjemah Qisthi Press, Cet. 1 (Jakarta: Qisthi Press, 2007), 306.



dianjurkan oleh Rasulullah SAW untuk mengkonsumsi buah kurma ketika berbuka puasa karena khasiat yang dimiliki.

Sebagaimana Hadits berikut:

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ قَالَ: كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يُفْطِرُ قَبْلَ أَنْ يُصَلِّيَ عَلَى رُطَبَاتٍ, فَإِنْ لَمْ تَكُنْ رُطَبَاتٍ فَتُمَيْرَاتٍ, فَإِنْ لَمْ تَكُنْ تُمَيْرَاتٍ حَسَا حَسَوَاتٍ مِنْ مَاءٍ<sup>17</sup>

Dari Anas bin Malik, ia berkata: Nabi SAW biasa berbuka puasa sebelum sholat dengan *ruthab* (kurma basah), jika tidak ada *ruthab*, maka Nabi berbuka dengan *tamr* (kurma kering), dan jika tidak ada *tamr*, maka Nabi meminum seteguk air.

Imam Ibnul Qayyim memberikan penjelasan mengenai hadits di atas, ia berkata<sup>18</sup>:

“Cara Rasulullah SAW yang berbuka puasa dengan kurma, mengandung hikmah secara kesehatan. Saat berpuasa lambung terasa kosong karena tidak ada suplai dari makanan sehingga membuat tubuh menjadi lesu tidak ada energi. Maka, saat berbuka puasa yang diperlukan adalah makanan yang mengandung unsur gula, zat cair yang mudah diserap oleh lambung sebagai obat penghilang dahaga.

Zat-zat yang mengandung gula yakni glukosa dan fruktosa yang mudah diserap menjadi energi dalam lambung yang kosong ketika berpuasa. Jenis

<sup>17</sup>Ibnu Khuzaimah, *Shahih Ibnu Khuzaimah*, ter. Imran Rasyadi, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2008), 624.

<sup>18</sup>Ibnu Qayim al-Jauziyyah, *al-Thibbi an-Nabawi Fi Dhauil Ma'arif al-Thibbiyyah wa al-'Ilmiyyah al-Haditsah*, ditakhrij oleh Syaikh Abu Usamah Salim, (Beirut: Maktabah al-Furqan, 1997), 309.

Sebagaimana penjelasan Ibnu Qayyim mengenai hadits di atas, dapat dipahami bahwa unsur gula yang dimiliki buah kurma cepat memberikan energi tanpa menimbulkan rasa kantuk yang dapat mengganggu pelaksanaan ibadah setelah berbuka. Hal ini terbukti bahwa kurma kaya zat gizi dan memiliki khasiat yang luar biasa bagi tubuh. Hal tersebut sebagai tanda bahwa Allah telah mengistimewakan buah kurma daripada buah yang lain. Sebagaimana terimpelementasikan di dalam Alquran dalam bentuk penyebutan yang berkali-kali dengan penyebutan paling banyak diantara buah-buah yang termaktub di dalamnya. Dan Rasulullah SAW juga menyebutkan buah kurma dalam beberapa Hadistnya, salah satunya berkaitan dengan puasa.

<sup>19</sup>Rostita, *Kurma: Khasiat dan Keajaiban*, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2009), 6.

Abid dan rekan-rekannya dari Icarda Oman memaparkan dalam laporannya bahwa kurma merupakan tanaman yang toleran pada iklim dan kondisi tanah yang ganas, di mana tidak ada komoditas lain yang dapat bertahan dan memproduksi. Kurma merupakan tanaman yang tidak tergantung untuk wilayah gurun dan melindungi komoditas lain di bawahnya dari panas tinggi, angin, dan ancaman lain, serta memegang peranan penting dalam melawan penggurunan.<sup>20</sup>

Buah kurma dalam bahasa latin disebut *Phoenix Dactylifera* dimana kurma dikategorikan sebagai jenis tanaman Palma yang banyak tumbuh dan dibudidaya di negara Timur Tengah ini memiliki banyak varian mulai dari bentuk, warna dan tingkat kematangan. Kurma matang terbagi menjadi empat bagian. Yakni kurma muda (*Kimri*), kurma berukuran penuh (*Khalal*) kurma matang (*Ruthab*), dan terakhir kurma yang dikeringkan (*Tamr*).<sup>21</sup>

Di dalam Alquran terdapat satu kisah yang berhubungan dengan khasiat mengkonsumsi buah kurma, dimana salah satu khasiatnya secara tersirat diimplementasikan dalam bentuk memudahkan proses persalinan serta berkhasiat sebagai pengurang rasa sakit. Sebagaimana dikisahkan pada surat Maryam ayat 25.

Dengan ayat yang berbunyi:

وَهَزَى إِلَيْكَ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ تُسْقِطُ عَلَيْكَ رُطْبًا جَنِيًّا<sup>22</sup>

Dan goyanglah pangkal pohon kurma itu ke arahmu, niscaya pohon itu akan menggugurkan buah kurma yang masak kepadamu.

Maryam selaku perempuan yang hendak melahirkan anak secara normal, Maryam tentu merasa kesakitan, ia dalam kondisi lemah dan nyeri. Proses Melahirkan adalah hal yang sangat sangat kompleks serta diperlukan kesiapan yang sangat matang, seperti kesiapan mental, kesiapan fisik, serta perlu diimbangi dengan semangat yang besar, selain itu juga diperlukan ketenangan dan keyakinan yang kuat untuk dapat melahirkan bayi dengan proses alami.<sup>23</sup> Bahkan akan terjadi hal-hal yang tidak diinginkan saat proses persalinan seperti kelelahan dan rasa sakit yang luar biasa. Jika kondisi wanita yang hendak melahirkan tidak prima.<sup>24</sup>

Ibu hamil yang akan melalui proses persalinan memerlukan asupan gizi yang seimbang, termasuk salah satunya adalah asupan yang mengandung unsur gula. Hal ini dikarenakan proses persalinan merupakan proses yang akan sangat menguras energi ibu, sehingga ibu membutuhkan asupan yang tepat agar mudah diserap dengan segera oleh tubuh dan menggantikan energi yang sudah terpakai, serta tetap menjaga kestabilan kontraksi otot uterus yang kuat.<sup>25</sup>

Allah mempunyai maksud tertentu dengan menyeruh untuk memperhatikan khasiat buah kurma. Sebagaimana seruan Allah SWT kepada

<sup>23</sup>Lisda Astuti, "Belajar Dari Proses Kelahiran Isa Putra Maryam", <http://www.dakwatuna.com/2016/08/23/82302/belajar-proses-kelahiran-isa-putra-maryam/#ixzz6COAjo800> (Diakses 22 Januari 2020).

<sup>24</sup>Pevi Revina, "Makanan dan Minuman Penambah Energi Menjelang Melahirkan", <https://bidanku.com/makanan-dan-minuman-penambah-energi-menjelang-melahirkan>, Bidanku.com (Diakses 22 Januari 2020).

<sup>25</sup>Anisyarah, *Gambaran Konsumsi Sari Kurma Terhadap Kemajuan Proses Persalinan Di Puskesmas Kecamatan Pancoran Jakarta Selatan*, (Laporan Tugas Akhir, Politeknik Kesehatan Jakarta III, Jurusan Kebidanan, 2017), iii.

Maryam untuk memakan buah kurma ketika proses melahirkan yang terdapat dalam surat Maryam ayat 25. Seperti yang dilansir bahwa wanita yang melahirkan akan banyak kehilangan dua hal, yaitu energi dan darah. Akan tetapi Allah mengatasi dan melengkapi dua hal tersebut hanya dengan kurma.

Di dalam *Tafsir al-Maraghi*, Mustofa al-Maraghi menafsirkan kurma sebagai makanan yang berkhasiat untuk memudahkan proses persalinan<sup>26</sup> bahkan dengan adanya ayat tersebut al-Baghawi menafsirkan kurma sebagai buah yang sangat berkhasiat atau berguna bahkan menjadi satu-satunya buah yang sesuai dengan kebutuhan wanita yang sedang mengalami darah nifas<sup>27</sup> yang artinya pendapat tersebut juga sesuai dengan apa yang ditafsirkan oleh al-Maraghi didalam kitab karyanya.

Hal tersebut juga senada dengan pendapat al-Zamakhshari dalam kitabnya yang juga menafsirkan bahwa tidak ada buah yang lebih baik selain kurma bagi orang melahirkan sebagaimana tidak ada hal yang lebih baik dari madu untuk orang sakit.<sup>28</sup> Namun dalam kitab-kitab tafsir yang lain, sejauh ini

<sup>26</sup>Ahmad Mustofa al-Maraghi, *Tafsir al-Maraghi* Juz XVI, (Beirut: Darul al-Kutub, 1946), 76.

<sup>27</sup>Imam al-Baghawi lahir tahun 438H/1046M dan meninggal tahun 516H/1122M, seorang ulama besar ahli tafsir yang terkenal bertakwa, warak, qanaah dan zuhud. Ia menafsirkan: *Pada saat itu di tengah kondisi Maryam yang lemah dan kondisi sekitar yang tandus, kering, dingin dan sepi. Maryam diperintah Allah untuk menggoyangkan pohon kurma untuk dikonsumsi dan menjadi obat penenang bagi Maryam.* Lihat, Muhyi al-Sunnah Abi Muhammad ibn al-Husain ibn Mas'ud bin Muhammad bin al-Fara al-Baghawi, *Tafsir Ma'alim al-Tanzil* Juz IV, (Riyadh: Dar Thayyibah li Nasr wa al-Tawji, 1998), 295.

<sup>28</sup>Imam Al-Zamakhshari lahir tahun 467H dan meninggal tahun 613M, seorang mufassir Muktafillah. Ia menafsirkan: *Pada saat itu kondisi pohon kurma kering, tidak berdaun dan tidak berbuah. Allah memberikan rezeki kepada Maryam menjadikan pohon kurma pohon yang subur, berdaun dan berbuah agar bisa dikonsumsi oleh Maryam.* Lihat, Abi Qasim Mahmud bin Umar al-Zamakhshari, *al-Kasysyaf an Haqiq Gawamid al-Tanzil wa Uyun al-Aqawil Fi Wujuh al-Ta'wil* Juz IV, (Riyadh: Maktabah al-Ubaikan, 1997), 16.

Mengacu kepada latar belakang yang telah dipaparkan, terdapat beberapa masalah yang berhasil diidentifikasi untuk diteliti:

- <sup>29</sup>Iffah Muzammil, “Tatwir al-Shari’ah: Study Pemikiran Mahmoud Muhammad Taha Tentang Pembaharuan Hukum Islam”, *Schoolar Article*, 2014.



2. Bagaimana penafsiran al-Maraghi terkait buah kurma pada surat Maryam ayat 25?
3. Bagaimana proses sebelum persalinan Maryam?
4. Apa yang terjadi setelah Maryam mengkonsumsi buah kurma?
5. Bagaimana relevansi penafsiran al-Maraghi terhadap hasil penelitian terkini terkait khasiat buah kurma?

Perlu diketahui penelitian ini hanya terfokus pada satu kitab tafsir, yakni *Tafsir al-Maraghi* karya Ahmad Mustafa al-Maraghi. Lebih dalam, penelitian ini akan fokus pada aspek khasiat buah kurma bagi ibu bersalin dalam Alquran. Adapun objeknya adalah surah Maryam ayat 25. Untuk meneliti beberapa aspek tersebut, tentu akan juga berpedoman pada analisis dengan *Ulum Alquran* dan kaidah tafsir, serta analisis terhadap khasiat buah kurma dalam surah Maryam ayat 25. Hingga sampai pada hipotesis khasiat buah kurma bagi ibu bersalin.

### C. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan deskripsi latar belakang dan batasan masalah di atas, berikut adalah rumusan masalah yang akan menjadi fokus pembahasan:

1. Bagaimana tafsir surah Maryam ayat 25 terkait buah kurma menurut Mustofa al-Maraghi?
2. Bagaimana khasiat buah kurma bagi ibu bersalin dalam Alquran dan relevansinya dengan konteks penelitian terkini?



akan hendak bersalin. Karena kurma kaya manfaat positif bagi kehamilan dan persalinan.

## **F. Kerangka Teoritik**

Secara umum, fungsi kerangka teori adalah sebagai dasar pedoman dan sumber hipotesa.<sup>30</sup> Sehingga dapat membantu mengidentifikasi dan memecahkan masalah yang akan diteliti.

Buah kurma adalah buah yang menjadi “pohon kehidupan” bagi masyarakat Arab, disebut sebagai pohon kehidupan dikarenakan tidak hanya buahnya yang bermanfaat, namun seluruh bagian organ pohon kurma juga bermanfaat. Buah yang populer ketika Ramadhan ini memiliki banyak keistimewaan. Ada baiknya mencontoh perilaku Nabi untuk mengonsumsi buah kurma. Tidak serta-merta Nabi menganjurkan untuk mengonsumsi buah kurma jika tidak bermanfaat bagi kehidupan, terkhusus bagi kesehatan tubuh.

Buah kurma memiliki berbagai macam khasiat dengan kandungan yang luar biasa dibandingkan buah-buahan yang lain, bahkan buah kurma merupakan salah satu buah dengan berbagai macam kandungan bermanfaat yang dapat dicerna lebih cepat oleh tubuh dibanding buah lainnya.

Penyebutan buah kurma dalam Alquran dengan penyebutan terbanyak dari beberapa buah terpilih oleh Allah SWT yang dimasukkan kedalam kumpulan firman-firman-Nya (Alquran). Ternyata seiring perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang sudah menghasilkan penelitian penelitian terpercaya

---

<sup>30</sup>Minto Rahayu, *Bahasa Indonesia di Perguruan Tinggi*, (Jakarta: Grasindo, 2007), 122.

Khasiatnya secara tersirat diimplementasikan dalam bentuk memudahkan proses persalinan serta berkhasiat sebagai pengurang rasa sakit. Seperti kisah Maryam yang tertuang dalam Alquran surat Maryam ayat 25 yang mengonsumsi buah kurma. Pada saat Maryam berada di posisi akan melahirkan. Ia merasakan sakit nyeri dan kontraksi, sehingga membuat ia bersandar pada pohon kurma. Pada saat proses kehamilan tubuh ibu hamil membutuhkan nutrisi lebih dibandingkan pada saat tidak hamil, di mana pada waktu itu kondisi tubuh butuh kuantitas dan kualitas gizi, vitamin, energi, protein, lemak, karbohidrat, mineral dan serat yang lebih besar dibandingkan pada saat tidak hamil. Pada kondisi di mana Maryam akan melahirkan sangat beruntung sekali dia ada di lingkungan pepohonan kurma walaupun pada kondisi saat itu pohon-pohon kurma belum musimnya untuk berbuah. Namun dengan kuasa Allah SWT kurma itu seketika berbuah sesuai dengan cerita yang ada dalam Alquran.

Mustofa al-Maraghi berpendapat dalam kitab tafsirnya *Tafsir al-Maraghi* bahwa buah kurma sangat baik bagi kesehatan tubuh. Dan Allah telah menjadikan kurma sebagai salah satu cara untuk mempermudah kelahiran bagi ibu hamil yang akan melahirkan.



terkait topik penelitian. Kemudian sebagai wujud apresiasi dan penghargaan terhadap penelitian terdahulu yang telah menginspirasi cara berpikir dalam mewujudkan penelitian.

Berikut beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini, baik dalam pemetaan objek formal dan objek material.

1. Skripsi karya Ahmad Syamil Bin Ahmad prodi Tafsir Hadis dari Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada tahun 2013 dengan judul “*Keistimewaan Kurma Dalam Al-Quran Ditinjau Dari Perspektif Ilmu Kesehatan*”. Pembahasan dalam penelitian ini fokus pada keistimewaan kurma dalam Alquran dengan mengumpulkan ayat-ayat terkait kurma menggunakan metode *maudhu’i* atau tematik. Adapun penelitian ini membatasi ayat-ayat terkait kurma dengan mengambil 6 ayat dari 5 surat, yaitu surat ar-Ra’ad ayat 4, surat Maryam ayat 23 dan 25, surat al-Mukminun ayat 19, surat Yasin ayat 34, dan surat ar-Rahman ayat 68. Penelitian ini meninjau dari pendekatan ilmu kesehatan dan menyajikan penafsiran ayat secara global (*ijmali*) dari beberapa mufasssir pilihan. Hasil penelitiannya melalui pendekatan ilmu kesehatan, ditemukan bahwa kurma memiliki banyak keistimewaan dibanding buah-buah lainnya, sebab kurma kaya akan kandungan gizi, seperti vitamin dan mineral yang berfungsi sebagai penawar penyembuh berbagai penyakit. Sebagaimana diteliti kurma dapat mencegah stroke dan serangan jantung, mempercepat penyembuhan demam berdarah, mencegah pendarahan





Bahkan kitab tafsir *Tafsir al-Maraghi* pun cukup berbeda dengan kitab tafsir yang lain dimana dalam *Tafsir al-Maraghi* terdapat dua metode penafsiran yang disajikan sekaligus, yaitu uraian global (tafsir secara *ijmali*) dan uraian rinci (tafsir secara *tahlili*). Dari sini dapat terlihat titik-titik perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu. Sehingga dalam penafsiran ini mengambil metode tafsir Mustofa al-Maraghi dikarenakan bisa menyajikan data secara lebih komprehensif dengan berpedoman kepada dua metode penafsiran dalam kitab *Tafsir al-Maraghi*.

## H. Metodologi Penelitian

Pada hakikatnya, penelitian merupakan suatu tindakan yang diterapkan manusia untuk memenuhi hasrat yang selalu ada pada kesadaran manusia, yakni rasa ingin tahu.<sup>33</sup> Meskipun demikian, dibutuhkan suatu metode untuk mewujudkan penelitian yang akurat, jelas, dan terarah.

Sebuah riset ilmiah dilakukan untuk mencari kebenaran objektif. Untuk merealisasikan itu semua, peneliti harus mempunyai metodologi dalam penelitiannya. Metodologi merupakan serangkaian proses dan prosedur yang harus ditempuh oleh seorang peneliti untuk sampai pada kesimpulan yang benar tentang riset yang dilakukan.<sup>34</sup>

Langkah-langkah metode yang diambil dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

## 1. Metode Penelitian

Metode penelitian yang diterapkan untuk merancang skripsi ini adalah metode penelitian kualitatif, yaitu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati yang diarahkan pada latar dan individu secara holistik (utuh).<sup>35</sup> Data yang dikumpulkan tidak menggunakan angka atau rumus statistik, melainkan mengumpulkan data dengan bantuan berbagai macam literatur baik berupa buku, surat kabar,

<sup>33</sup>Moh. Soehada, *Metode Penelitian Sosial Kualitatif untuk Studi Agama* (Yogyakarta: Suka Press, 2012), 53.

<sup>34</sup>Abdul Mustaqim, *Metode Penelitian Alquran dan Tafsir*, (Yogyakarta: Ide Press, 2015), 5.

<sup>35</sup>Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif: Teori dan Praktik*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), 82.









dokumentasi tertulis berupa kitab, artikel, jurnal, arsip dan sebagainya baik yang primer maupun yang sekunder.<sup>41</sup> Dengan metode tersebut akan diperoleh data yang berkaitan dengan penelitian.

Data-data yang menyangkut aspek tujuan, metode penafsiran Alquran Mustafa al-Maraghi, dan perspektif Mustafa al-Maraghi dalam menjelaskan tentang khasiat buah kurma bagi ibu bersalin dengan objek surah Maryam ayat 25 ditelusuri dari karya *Tafsir al-Marāghī* sendiri yang mana data tersebut sebagai data primer. Sedangkan data yang berkaitan dengan biografi, latar belakang pendidikan, dan karir intelektual bisa didapatkan dari literatur-literatur lain yang membahas tentang Mustafa al-Maraghi dan yang berkaitan dengan buah kurma yakni dari data sekunder.<sup>42</sup> Seperti halnya terdapat dalam kitab, buku, jurnal, artikel, dan lain sebagainya. Sumber data sekunder ini diperlukan, guna mempertajam analisis persoalan.

## 6. Metode Analisis Data

Analisis data merupakan bagian sangat penting dalam penelitian karena dari analisis ini akan diperoleh temuan, baik temuan substantif maupun formal.<sup>43</sup> Skripsi ini menggunakan metode analisis deskriptif. Metode yang satu ini, terbilang sangat rinci dalam hal menganalisis persoalan. Sebab, deskriptif merupakan penyelidikan yang menuturkan, menganalisa, dan mengklasifikasikan, juga menginterpretasikan data yang

<sup>41</sup>Muhyar Fanani, *Metode Studi Islam*, (Yogyakarta:Pustaka Pelajar, 2008), 11.

<sup>42</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2006), 231.

<sup>43</sup>Gunawan, *Metode Penelitian*, 89.



Bab pertama, merupakan suatu pendahuluan yang mengantarkan pada bab-bab selanjutnya. Pada bab ini membahas latar belakang masalah yang mengungkapkan segala persoalan terkait penelitian skripsi. Kemudian batasan masalah dengan menetapkan pembatasan masalah yang tidak termasuk dalam penelitian. Dilanjut rumusan masalah yang menjadi permasalahan untuk diteliti. Kemudian tujuan penelitian, manfaat penelitian, kerangka teoritik, telaah pustaka, metodologi penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab kedua membahas kebutuhan gizi ibu hamil dari trimester pertama hingga trimester ketiga, persiapan dan tanda-tanda akan melahirkan. Kemudian membahas keistimewaan buah kurma secara umum meliputi kandungan gizi dan khasiat bagi tubuh.

Bab ketiga menguraikan sajian data secara khusus, di dalamnya membahas biografi Mustofa al-Mraghi serta karya-karyanya dan karakteristik karya tafsirnya yakni *Tafsir al-Maraghi*. Kemudian dilanjut dengan mengupas penafsiran Mustofa al-Maraghi terhadap Alquran surat Maryam ayat 25.

Bab keempat merupakan inti atau pokok bahasan dari penelitian. Yang akan menganalisa dari bab-bab sebelumnya terkait pembahasan penafsiran Mustofa al-Maraghi dalam Alquran surat Maryam ayat 25 yang kemudian direlevansi dengan ilmu gizi dan direlevansikan dengan persalinan ibu hamil.

Bab kelima, penutup yang terdiri dari kesimpulan serangkaian pembahasan pada bab sebelumnya sekaligus jawaban dari pokok permasalahan penelitian ini. Pada bab ini juga terdapat saran pengembangan keilmuan dari hasil penelitian.

## **BAB II**

### **IBU HAMIL DAN KEISTIMEWAAN BUAH KURMA**

#### **A. Kebutuhan Gizi Ibu Hamil**

Gizi menjadi kebutuhan yang sangat penting bagi manusia, apalagi bagi ibu hamil yang sangat memerlukan gizi lebih serta pengaturan gizi yang sesuai dengan kebutuhan gizi tubuh. Dalam buku dengan judul *Ilmu Gizi* disebutkan bahwa pengaturan gizi selama kehamilan perlu diperhatikan sejak trimester pertama, trimester kedua sampai dengan trimester ketiga. Hal tersebut tentu dimaksudkan dalam rangka menjaga kondisi tubuh si ibu serta kesehatan calon bayi. Kebutuhan gizi menjadi sangat meningkat saat seorang wanita dalam proses kehamilan khususnya pada trimester pertama pada saat pembentukan organ-organ vital hingga trimester kedua dimana janin mengalami pertumbuhan.<sup>45</sup>

Meningkangnya kebutuhan gizi saat proses kehamilan bahkan berlanjut sampai trimester ketiga dimana saat tubuh janin mengalami pematangan dan pertumbuhan yang sangat pesat. Kebutuhan gizi tentu sangat dipengaruhi oleh kuantitas dan kualitas makanan yang dikonsumsi oleh seorang ibu hamil. Dengan asupan gizi yang seimbang tentu dapat menyokong bagi pertumbuhan serta perkembangan janin. Terdapat beberapa zat gizi yang dibutuhkan pada saat proses kehamilan, diantaranya adalah<sup>46</sup>:

---

<sup>45</sup>Ayu Bulan Febry dkk, *Ilmu Gizi untuk Praktisi Kesehatan*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2013), 17.

<sup>46</sup>Ibid., 18-23.















Pengetahuan terhadap zat gizi dalam pola makan sangat penting untuk dikuasai oleh ibu hamil. Ibu hamil dengan pengetahuan gizi yang baik, akan berupaya untuk memberikan gizi yang cukup bagi janinnya sesuai dengan prosedur yang seharusnya dan dengan makanan yang mengandung gizi-gizi yang tepat sesuai gizi yang dibutuhkan oleh janin. Hal tersebut akan semakin diuji ketika si ibu memasuki masa ngidam, di mana kondisi perut ibu hamil serasa tidak mau diisi, merasa mual dan rasa yang tidak karuan. Meskipun dalam kondisi demikian, jika si ibu memiliki pengetahuan yang baik maka ia akan berupaya untuk memenuhi kebutuhan gizinya dan janinnya.<sup>47</sup>

## **B. Persiapan dan Tanda-Tanda Melahirkan**

Pada trimester ketiga kehamilan, tubuh ibu mengalami perubahan pertumbuhan janin semakin pesat. Trimester ketiga adalah periode kehamilan bulan terakhir, yang mana janin siap untuk dilahirkan di dunia dengan nilai kehamilan cukup bulan (38 sampai 40 minggu).<sup>48</sup> Meskipun proses persalinan yang dihadapi setiap ibu hamil berbeda. Akan tetapi perlu bagi ibu hamil mempersiapkan diri untuk menghadapi persalinan. Persalinan merupakan hal yang paling ditunggu-tunggu oleh ibu hamil sekaligus waktu yang cukup dikhawatirkan. Sebuah waktu yang menyenangkan, tetapi disisi lain merupakan hal yang paling mendebarakan. Bagi calon ibu baru, mungkin selama menjelang persalinan membayangkan proses persalinan yang menyakitkan, mengeluarkan

<sup>47</sup>Weni Kristiyanasari, *Gizi Ibu Hamil*, (Yogyakarta: Nuha Medika, 2010), 49.

<sup>48</sup>Siti Fauziyah dan Sutejo, *Keperawatan Maternitas Kehamilan*, (Jakarta: Kencana, 2012), 85.

energi yang banyak dan perjuangan yang cukup melelahkan. Oleh karena itu perlu bagi ibu hamil untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi persalinan.<sup>49</sup> Sebelum melangkah kepada pembahasan persiapan kehamilan, ada baiknya jika diketahui bersama definisi persalinan. Sumiyati menjelaskan definisi persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi (Janin dan Urine) yang sudah cukup bulan atau dapat hidup diluar kandungan melalui jalan lahir atau melalui jalan lain dengan bantuan atau tanpa bantuan.<sup>50</sup> Berikut persiapan yang harus disiapkan oleh ibu hamil menjelang persalinan<sup>51</sup>:

### **1. Pengetahuan**

Pada proses persalinan, semua ibu hamil sudah mempunyai “*pattern*” dalam persalinan. Bahkan secara teoritis, rata-rata proses kelahiran pertama kali memakan waktu selama 24 jam, sedangkan kelahiran berikutnya rata-rata lebih singkat untuk rentang Kala I (pembukaan) hingga Kala III (plasenta lahir). Walaupun lama atau cepetnya fase persalinan sangat bervariasi, dengan mengetahui fase-fase tersebut, ibu hamil bisa mengatur energi dengan baik sehingga drama saat melahirkan juga lebih minim. Tanpa mengetahui fase-fase tersebut dan perubahan yang terjadi selama masa persalinan, bisa saja energi ibu hamil akan terkuras. Oleh karenanya terdapat beberapa hal yang sangat perlu dipersiapkan menjelang kehamilan seperti pengetahuan yang memadai.

---

<sup>49</sup>Imam Wahyu Winaris, *Sehat dan Bugar Selama Hamil dan Pasca Melahirkan* (Yogyakarta: Laksana, 2018), 54.

<sup>50</sup>Sumiyati, *Biologi Reproduksi untuk Bidan*, (Jakarta: Trans Info Media, 2011), 92.

<sup>51</sup>Yusie Aprilia, *Panduan Praktis Persalinan yang Nyaman dan Minim Trauma*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2017), 3-8.











kurma merupakan tanaman yang toleran pada iklim dan kondisi tanah yang ganas, di mana tidak ada komoditas lain yang dapat bertahan dan memproduksi. Kurma merupakan tanaman yang tidak tergantung untuk wilayah gurun dan melindungi komoditas lain di bawahnya dari panas tinggi, angin, dan ancaman lain, serta memegang peranan penting dalam melawan penggurunan.<sup>54</sup>

Tanaman buah kurma pertama kali ditemukan di Phoenesia (sekarang Lebanon), kemudian diberi nama ilmiah *Phoenix Dactylifera*. Daunnya mekar seperti jari-jari dan berbentuk sirip sehingga orang Barat menyebutnya dengan *father palm* atau palem bulu. Sehingga buah kurma dikategorikan sebagai jenis tanaman palem. Seperti jenis tanaman palem lainnya, buah kurma tumbuh dalam dompalan bertangkai panjang, mirip dompalan buah pinang. Setiap dompalan bisa mencapai seribu butir buah kurma dengan berat kira-kira hanya 10 kg.<sup>55</sup>

Buah kurma merupakan komoditas buah yang paling tua dikembangkan dan dibudidayakan di Jazirah Arab. Dan masyarakat Arab percaya bahwa kurma adalah *Nakhla*, yang berarti “*pohon kehidupan*”. Sebutan itu memang tidak berlebihan, sebab kurma memegang peranan penting dalam kehidupan masyarakat. Kurma bagaikan “tambang” yang kaya dengan barang-barang berharga. Tidak hanya buahnya saja yang bisa dimanfaatkan, namun seluruh bagian pohon kurma juga bisa dimanfaatkan. Seluruh bagian organ pohon kurma bisa dimanfaatkan untuk berbagai hal, seperti pucuknya bisa dimakan, dikeringkan, atau digiling menjadi tepung. Getahnya bisa dibuat minuman,

---

<sup>54</sup>Apriyanti, *Kurma Dari*, 9.

<sup>55</sup>Emma Pandi Wirakusumah, *Sehat Cara Al-Qur'an dan Hadis*, (Jakarta Selatan: PT Mizan Publika, 2010), 78.

Pada buah kurma memiliki banyak varian mulai dari bentuk, warna dan tingkat kematangan. Kurma matang terbagi menjadi empat bagian. *Pertama*, kurma muda (*Kimri*), berlangsung hingga buah berusia 17 minggu pasca pembuahan. Kurma pada fase ini berwarna hijau, bertekstur keras dengan kadar air dan kadar keasaman tinggi. Buah kurma pada fase ini tidak enak dikonsumsi langsung, akan tetapi bisa diolah menjadi acar.

*Ketiga*, kurma matang (*Ruthab*), berlangsung 4 minggu setelah fase *khalal*. Kadar air buah berkurang dan buah melunak, rasa lebih manis, dengan warna lebih gelap (cokelat muda). Kadar gula sukrosa pada fase *khalal* berubah menjadi gula pereduksi sehingga tingkat kemanisan buah menjadi tinggi. Buah kurma pada fase ini mulai matang, dapat dikonsumsi segar, bisa juga diolah

<sup>56</sup>Rostita, *Kurma: Khasiat*, 6.

elai atau pasta kurma. Pada fase ini daya simpan buah 0 hari.

*Keempat*, kurma yang dikeringkan (*Tamr*), selama 2 minggu. Pada fase ini, biasanya berlangsung selama 2 minggu. Pada fase ini, kurma berwarna gelap, berkulit keras dan berkeriput. Kadar air rendah dan kandungan gula tinggi. Buah kurma pada fase ini bertahan selama satu minggu. Rendah.<sup>57</sup>

Buah kurma adalah buah yang paling banyak disebut dalam Al-Qur'an. Dari buah-buahan lain yang termaktub juga di dalamnya. Buah kurma disebut sepuluh kali dalam Al-Qur'an. Buah kurma disebut sebagai buah yang bergizi dan khasiat bagi kesehatan tubuh manusia. Buah kurma diibaratkan seorang Muslim bagaikan pohon kurma yang berbuah. Sebagaimana sabda Rasulullah, yang berbunyi: "Di antara pepohonan itu ada pohon yang memiliki nilai yang tinggi bagi seorang Muslim, yaitu pohon kurma." (HR. Bukhari)

Buah kurma diibaratkan seorang Muslim dengan banyak sekali kebaikan yang dimilikinya. Sebagaimana sabda Rasulullah, yang berbunyi: "Di antara pepohonan itu ada pohon yang memiliki nilai yang tinggi bagi seorang Muslim, yaitu pohon kurma." (HR. Bukhari)

elai atau pasta kurma. Pada fase ini daya simpan buah 0 hari.

*Keempat*, kurma yang dikeringkan (*Tamr*), selama 10 hari. Buah ini, biasanya berlangsung selama 2 minggu. Pada fase ini, kurma berwarna gelap, berkulit keras dan berkeriput. Kadar air rendah dan kandungan gula tinggi. Buah kurma pada fase ini bertahan selama satu bulan. Pada fase ini kadar gula rendah.<sup>57</sup>

Buah kurma adalah buah yang paling banyak disebutkan dalam Al-Qur'an. Dari 11 buah-buahan lain yang termaktub juga di dalamnya. Dari 11 buah-buahan itu, sepuluh kali buah kurma disebut. Buah kurma memiliki kandungan gizi dan khasiat bagi kesehatan tubuh manusia. Bahkan Rasulullah SAW diibaratkan seorang Muslim bagaikan pohon kurma karena banyaknya keberkahannya. Sebagaimana sabda Rasulullah, yang berbunyi:

*“Di antara pepohonan itu ada pohon yang memiliki keberkahan, yaitu kurma.”* (HR. Bukhari)

Buah kurma diibaratkan seorang Muslim dengan banyaknya keberkahannya.

elai atau pasta kurma. Pada fase ini daya simpan buah 0 hari.

*Keempat*, kurma yang dikeringkan (*Tamr*), selama 10 hari. Buah ini, biasanya berlangsung selama 2 minggu. Pada fase ini, kurma berwarna gelap, berkulit keras dan berkeriput. Kadar air rendah dan kandungan gula tinggi. Buah kurma pada fase ini bertahan selama satu bulan. Pada fase ini kadar gula rendah.<sup>57</sup>

Buah kurma adalah buah yang paling banyak disebutkan dalam Al-Qur'an. Dari 11 buah-buahan lain yang termaktub juga di dalamnya. Dari 11 buah-buahan itu, sepuluh kali buah kurma disebut. Buah kurma memiliki kandungan gizi dan khasiat bagi kesehatan tubuh manusia. Bahkan Rasulullah SAW diibaratkan seorang Muslim bagaikan pohon kurma karena banyaknya keberkahannya. Sebagaimana sabda Rasulullah, yang berbunyi:

*“Di antara pepohonan itu ada pohon yang memiliki keberkahan, yaitu kurma.”* (HR. Bukhari)

Buah kurma diibaratkan seorang Muslim dengan banyaknya keberkahannya.

elai atau pasta kurma. Pada fase ini daya simpan buah  
0 hari.

*Keempat*, kurma yang dikeringkan (*Tamr*), selai  
n buah, biasanya berlangsung selama 2 minggu. Pa  
warna gelap, berkulit keras dan berkeriput. Kadar air re  
tinggi. Buah kurma pada fase ini bertahan selama satu  
rendah.<sup>57</sup>

Buah kurma adalah buah yang paling banyak disebut  
buah-buahan lain yang termaktub juga di dalamnya.  
a puluh dua kali buah kurma disebut. Buah kurma me  
gizi dan khasiat bagi kesehatan tubuh manusia. Ba  
ngibaratkan seorang Muslim bagaikan pohon kurma  
n keberkahannya. Sebagaimana sabda Rasulullah, yang  
*"Di antara pepohonan itu ada pohon yang memil  
rang Muslim, yaitu pohon kurma."* (HR. Bukhari)

Buah kurma diibaratkan seorang Muslim dengan banya

elai atau pasta kurma. Pada fase ini daya simpan buah  
0 hari.

*Keempat*, kurma yang dikeringkan (*Tamr*), selai  
n buah, biasanya berlangsung selama 2 minggu. Pa  
warna gelap, berkulit keras dan berkeriput. Kadar air re  
tinggi. Buah kurma pada fase ini bertahan selama satu  
rendah.<sup>57</sup>

Buah kurma adalah buah yang paling banyak disebut  
buah-buahan lain yang termaktub juga di dalamnya.  
a puluh dua kali buah kurma disebut. Buah kurma me  
gizi dan khasiat bagi kesehatan tubuh manusia. Ba  
ngibaratkan seorang Muslim bagaikan pohon kurma  
n keberkahannya. Sebagaimana sabda Rasulullah, yang  
*"Di antara pepohonan itu ada pohon yang memil  
rang Muslim, yaitu pohon kurma."* (HR. Bukhari)

Buah kurma diibaratkan seorang Muslim dengan banya

elai atau pasta kurma. Pada fase ini daya simpan buah 0 hari.

*Keempat*, kurma yang dikeringkan (*Tamr*), selama 2 minggu. Pada fase ini, biasanya berlangsung selama 2 minggu. Pada fase ini, kurma berwarna gelap, berkulit keras dan berkeriput. Kadar air rendah. Buah kurma pada fase ini bertahan selama satu minggu. Rendah.<sup>57</sup>

Buah kurma adalah buah yang paling banyak disebut dalam Al-Qur'an. Buah-buahan lain yang termaktub juga di dalamnya. Buah kurma disebut sepuluh kali dalam Al-Qur'an. Buah kurma memiliki nilai gizi dan khasiat bagi kesehatan tubuh manusia. Buah kurma diibaratkan seorang Muslim bagaikan pohon kurma. Sebagaimana sabda Rasulullah, yang berbunyi: "Di antara pepohonan itu ada pohon yang memiliki nilai yang tinggi bagi seorang Muslim, yaitu pohon kurma." (HR. Bukhari)

Buah kurma diibaratkan seorang Muslim dengan banyak sekali manfaatnya. Buah kurma memiliki nilai gizi yang tinggi. Buah kurma memiliki khasiat bagi kesehatan tubuh manusia. Buah kurma diibaratkan seorang Muslim bagaikan pohon kurma. Sebagaimana sabda Rasulullah, yang berbunyi: "Di antara pepohonan itu ada pohon yang memiliki nilai yang tinggi bagi seorang Muslim, yaitu pohon kurma." (HR. Bukhari)

### a. Kandungan Nutrisi Pada Kurma

Kadar air pada buah kurma sangat tinggi yakni 86% dan energi yang terkandung sebesar 14-17%. Sedangkan Diantara semua jenis buah-buahan, kandungan karbohidrat paling kaya terdapat pada buah kurma yang terdiri dari karbohidrat kompleks (glukosa, fruktosa, dan sukrosa) dan karbohidrat sederhana (selulosa, glikoge, dan amilopektin). Kadar kabohidrat pada buah kurma sekisar 60%-70%, terdiri dari glukosa, fruktosa, sukrosa, dan sejumlah kecil polisakarida (seperti selulosa dan glikogen).

Berbeda dengan semua jenis buah yang sedikit akan protein, buah kurma justru berprotein tinggi, yakni 20%. Diperkirakan kebutuhan protein bagi manusia sekitar satu gram per kg berat badan perhari. Protein dalam 100 gr kurma lebih kuat melindungi tubuh dari

penyakit. Diantara semua jenis buah, serat pada kurma adalah yang paling kaya. Ada dua jenis serat, yaitu serat larut dan serat tidak larut.

*b. Kandungan Mineral Pada Kurma*<sup>58</sup>

Zat mineral yang terdapat dalam kurma adalah: Kalsium, Fosfor, Kalium atau Potassium, Natrium atau Sodium, Magnesium, Besi, Mangan, Tembaga, Seng atau Zinc, Khlor, dan Kobalt.

*c. Kandungan Vitamin Pada Kurma*<sup>59</sup>

Golongan vitamin yang terdapat dalam buah kurma adalah: Asam Askorbat (Vitamin C), Thiamin atau vitamin B1, Riboflavin atau Vitamin B2, Biotin, Asam folat atau folacin, Pro-vitamin A (*beta carotene*), *Nicotinamide* atau Niasin, *Retinol equivalent* atau vitamin A, Asam pantotenat, Vitamin B6, Vitamin B12, Vitamin E, dan Vitamin K.

*d. Kandungan Lemak Pada Kurma*<sup>60</sup>

Sebagaimana pangan nabati lainnya, kurma tidak mengandung kolesterol. Kurma mengandung lemak tidak jenuh yang sangat bermanfaat bagi kesehatan. Kekhawatiran menjadi gemuk tidaklah beralasan. Kehadiran lemak ini bermanfaat bagi penyerapan vitamin A, D, E, dan K yang juga terdapat di dalam buah kurma. Pada buah kurma juga terkandung lemak jenuh yang berperan untuk

<sup>58</sup>Lia Ernawati, *Khasiat Tokher Madu dan Kurma*, (Yogyakarta: Laksana, 219), 79.

<sup>59</sup>Ibid.

<sup>60</sup>Suyanti Satuhu, *Kurma Khasiat dan Olahannya*, (Depok: Penebar Swadaya, 2010), 21.



memperbaiki otak. Kurma berperan penting dalam diet dan mengatasi obesitas.

e. *Kandungan Asam Amino Pada Kurma*

Pada pertengahan kedua abad ke-20, para ahli mengungkapkan adanya asam amino yang terkandung dalam buah kurma. Asam amino yang terdapat dalam buah kurma adalah: Threonine, Leucine, Methionine, Phenylalanine, Valine, Histidine, Asam arpatik, Glisin, Serine, Prolin, Asam glutamik, Alanine, Arginine, Tyrosine, Cysteine, Lysine, Isoleucine, dan Tryptophan.

Berikut tabel kandungan gizi dalam 100 gram buah kurma berdasarkan sumber Departemen Pertanian AS (USDA), Standar Data Nutrisi<sup>61</sup>:

Nutrisi	Nilai per 100 gram
Air	22.50 g
Energi	275 kcal
Protein	1.97 g
Lemak	0.45 g
Karbohidrat	73.51 g
Serat Diet	7.5 g
Abu	1.58 g

<sup>61</sup>Rostita, *Kurma: Khasiat*, 14-15.

<b>Mineral</b>	<b>Nilai per 100 gram</b>
Kalsium (Ca)	32 mg
Besi (Fe)	1.15 mg
Magnesium (Mg)	35 mg
Fosfor (P)	40 mg
Potassium (K)	652 mg
Sodium (Na)	3 mg
Zinc (Zn)	0.29 mg
Tembaga (Cu)	0.288 mg
Mangan (Mn)	0.295 mg
Selenium (Se)	1.9 mg
Khlor (Cl)	271 mg
Kobalt (Co)	1.9 mg

<b>Vitamin</b>	<b>Nilai per 100 gram</b>
Vitamin C, asam askorbat	6.1 mg
Thiamine	0.090 mg
Riboflavin	0.100 mg
Niasin	2.200 mg
Asam Pantotenat	0.780 mg
Vitamin B-6	0.192 mg
Asam Folat, total	13 mcg

Asam Folik	5.4 mcg
Vitamin A, IU	50 IU
Vitamin A, RE	5 mcg_RE
Vitamin E	0.100 mg_ATE
Vitamin K	4 mcg

<b>Lemak</b>	<b>Nilai per 100 gram</b>
Asam lemak jenuh	0.191 g
Asam lemak tak jenuh	0.194 g
Kolesterol	0 mcg

<b>Asam Amino</b>	<b>Nilai per 100 gram</b>
Tryptophan	0.050 g
Threonine	0.052 g
Isoleucine	0.047 g
Leucine	0.088 g
Lysine	0.060 g
Methionine	0.022 g
Cysteine	0.046 g
Phenylalanine	0.056 g
Tyrosine	0.030 g
Valine	0.066 g



bagian lainnya. Berikut beberapa khasiat dari kandungan gizi yang terdapat dalam buah kurma:

a. *Khasiat Buah Kurma Menurut Petunjuk Rasulullah*

Demikian besar manfaat dan kelebihan dari buah kurma, tidak heran jika Nabi suka mengkonsumsinya untuk kesehatan tubuh. Beberapa hadits tentang kurma yang bisa dibuktikan secara medis.

### 1) Buah Kurma Untuk Berbuka Puasa

Dalam kitab Riyadh ash-Shalihin, diriwayatkan oleh Imam Abu Daud dan Imam Tirmidzi, Nabi SAW bersabda:

وَعَنْ سَلْمَانَ بْنِ عَامِرٍ الضَّبِّيِّ الصَّحَابِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى  
اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: إِذَا أَفْطَرَ أَحَدُكُمْ فَلْيُفْطِرْ عَلَى تَمْرٍ، فَإِنْ لَمْ يَجِدْ  
فَلْيُفْطِرْ عَلَى مَاءٍ فَإِنَّهُ طَهُورٌ.<sup>63</sup>

Dari Salman bin ‘Amr adh-Dhahabi ash-Shahabi RA dari Nabi SAW bersabda: “Jika seorang diantara kalian berbuka, maka hendaklah berbuka dengan kurma, tetapi apabila tidak menemukan kurma, maka hendaklah berbuka dengan air, sebab sesungguhnya air itu suci.” (Hadits ini dikatakan hasan shahih oleh Imam Tirmidzi).

Orang yang puasa akan menahan diri dari makanan dan minuman, tentu perut akan kosong tanpa asupan hingga tiba *ifthar*-nya. Dalam kondisi ini, orang yang berpuasa membutuhkan sumber gula yang cepat untuk menghilangkan rasa lapar, disamping membutuhkan air.

<sup>63</sup>Abi Zakariyah Muhyiddin Yahya an-Nawawi, *Riyadh ash-Shalihin*, (Surabaya: Darul ‘Ilmi, TT), 494.

Secara medis, diketahui gula dan air adalah zat yang pertama kali dibutuhkan tubuh setelah berpuasa. Berkurangnya glukosa pada tubuh dapat mengakibatkan penyempitan dada dan gangguan pada tulang. Sedangkan berkurangnya air membuat tubuh lemah dan menurunnya daya tahan. Jika pada saat berbuka puasa perut langsung diisi dengan zat-zat protein atau lemak, diperlukan waktu tiga jam atau lebih agar pencernaannya dapat menyerap zat gula tersebut. Akibatnya, badan masih terasa lemas.

## 2) Buah Kurma Untuk Mentahnik Bayi Baru Lahir

عَنْ أَبِي مُوسَى رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قَالَ : وَلَدَ لِي غُلَامٌ، فَأَتَيْتُ بِهِ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَسَمَّاهُ إِيزَاهِيمَ، فَحَنَكُهُ بِتَمْرَةٍ، وَدَعَا لَهُ بِالْبُرَكَّةِ، وَدَفَعَهُ إِلَيَّ.

Buah kurma adalah makanan yang bermanfaat, bergizi, manis, dan lezat. Dibalik perbuatan tahnik dengan kurma terdapat hikmah bagi perkembangan si bayi, yakni yang paling pertama masuk ke perut bayi adalah sesuatu yang manis untuk menguatkan otot mulut dan rahang agar bayi siap menyusu dengan kuat, dan ketika itu berdoa mengharap keberhakan.<sup>68</sup>

<sup>65</sup>Rostita, *Kurma: Khasiat Dan*, 53.

<sup>67</sup>Al-Imam Zainuddin Achmad bin Abdul Latif al-Zabidi, *Ringkasan Shahih al-Bukhari*, ter. Cecep Syamsul Hari dan Tholib Anis, (Bandung: Mizan Pustaka, 2008), 816.







b. *Khasiat Buah Kurma Menurut Kedokteran Modern*

Selain petunjuk dari Nabi, berdasarkan riset ilmu kedokteran modern buah kurma juga memiliki khasiat sebagai obat mengatasi penyakit yang belum banyak digunakan oleh masyarakat. Diantaranya:

1) *Atasi Demam Berdarah*<sup>75</sup>

Riset membuktikan dengan mengonsumsi kurma dalam bentuk sari kurma mampu meningkatkan jumlah trombosit sehingga dapat mengatasi demam berdarah. Keampuhan kurma mengatasi demam berdarah sejalan dengan riset Roihatul Zahroh dari Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga, Surabaya, Jawa Timur. Dalam penelitiannya, ia merusak sel trombosit tikus percobaan seperti pada kondisi penderita demam berdarah. Kemudian ia membagi kelompok tikus percobaannya dengan memberikan air murni secara oral dan dengan memberikan ekstrak kurma. Hasil penelitian menunjukkan pada hari ke-3 percobaan, kelompok tikus yang mendapat perlakuan ekstrak kurma mengalami peningkatan trombosit darah secara signifikan.

Menurut herbalis Lucas Tersono Adi, kurma membantu pasien demam berdarah dengan cara meningkatkan imunitas tubuh. Antibody itu berperan menghambat perbanyakan virus penyebab demam berdarah. Dokter Prapti Utami juga memaparkan penderita

---

<sup>75</sup>Apriyanti, *Kurma Dari Gurun*, 21-22.











Masih banyak teori terkait khasiat buah kurma berdasar teori-teori yang disampaikan dalam beberapa literatur lain serta hasil riset kedokteran yang masih belum ditulis secara keseluruhan dikarenakan keterbatasan waktu serta pengetahuan untuk menuliskan secara menyeluruh dalam penelitian ini.

[illegible]







- c. ‘Ulūm al-Balāghah
- d. Al-Mujāz fī al-Adab al-‘Araby
- e. Al-Mujāz fī ‘Ulūm al-Uṣūl
- f. Hidāyah al-Ṭāliby
- g. Murshīd al-Ṭullāby
- h. Al-Ḥisbah fī al-Islām
- i. Al-Rifqī bi al-Ḥayawan fīl Islaām
- j. Al-Dinayah wa al-Akhlāq
- k. Sharh Salasih Ḥadithan
- l. Tahdhib al-Tauḍīḥ
- m. Risalah fī Zaujat al-Nabi
- n. Al-Khutbah wa al-Khutaba’ fī Daulah al-Umawiyah wa al-Abbasiyyah
- o. Al-Mutala’ah al-Arabiyyah li al-Madaris al-Sudaniyyah
- p. Risalah Isbat Ru’yah al-Hilal fī Ramaḍan
- q. Tafsīr Juz Innama al-Sabil
- r. Mushtalah al-Ḥadīth<sup>91</sup>
- s. Tafsīr al-Maraāghi

## 2. Karakteristik Kitab *Tafsīr al-Maraāghi*

Banyak karya tafsir yang telah dilahirkan oleh para cendekiawan Muslim. Dari sana terlihat betapa karya-karya mereka sangat beragam dan menggunakan berbagai pendekatan yang beragam pula. Diantara mereka

---

<sup>91</sup>Abdullah Mustafa al-Maraghi, *Ensiklopedia Ulama Ushul Fiqh Sepanjang Masa*, terj. Husein Muhammad, (Yogyakarta: Diva Press, 2020), 596.



Oleh sebab itu, Mustafa al-Maraghi memberanikan diri mendobrak cara-cara terdahulu untuk menulis kitab tafsir. Dalam menyuguhkan kitab tafsir, ia memberi warna sendiri dengan gaya bahasa sederhana sesuai keadaan masyarakatnya dan menyesuaikan dengan kemajuan ilmu pengetahuan modern. Semua itu ia lakukan agar seluruh lapisan masyarakat dapat mencerna dan memahami isi Alquran tanpa adanya kesukaran. Sehingga lahirlah sebuah kitab tafsir yang diberi judul Tafsīr al-Marāghī.

Faktor ini bersumber dari diri Mustafa al-Maraghi yang memiliki banyak pengalaman keterlibatannya di bidang bahasa Arab, baik belajar ataupun mengajar, menulis ataupun menghimpun yang telah ia lewati selama setengah abad. Berangkat dari pengalamannya, ia bercita-cita ingin menjadi obor pengetahuan Islam, terutama di bidang tafsir. Oleh sebab itu, ia merasa terpanggil untuk menyingkap isi Alquran dengan menulis









x) *Muqaaddimah Ibnu Khaldūn* karangan Ibnu Khaldun.

Dari beberapa rujukan kitab tafsir yang digunakan, ada satu kitab tafsir yang memiliki andil cukup besar yakni kitab *Tafsīr al-Manār* karya Muhammad Abduh. Kitab tafsir ini banyak dikutip oleh Mustafa al-Maraghi untuk melengkapi penulisan tafsirnya. Sebagaimana yang sudah dijelaskan sebelumnya bahwa Muhammad Abduh adalah salah satu guru Mustafa al-Maraghi yang berpengaruh besar dalam intelektualisasi ilmu agama.

## 2) Metode Penafsiran

Berbicara mengenai metode tafsir, ada empat macam metode, yakni *tafsīr al-ijmālī* (metode global), *tafsīr al-tahfīlī* (metode analitis), *tafsīr al-mauḍūī* (metode tematik), dan *tafsīr al-muqārān* (metode komparatif).<sup>100</sup> *Tafsīr al-Marāghī* adalah sebuah kitab tafsir kontemporer yang menyajikan warna metode baru, tentu hal ini belum disajikan pada kitab-kitab tafsir terdahulu. Mustafa Al-Maraghi dalam menafsirkan ayat-ayat Alquran memberikan uraian secara umum (global) dan uraian secara khusus (terperinci). Sehingga penjelasan ayat-ayat Alquran dipecah menjadi dua, yakni makna *ijmālī* dan makna *tahfīlī*.

Namun jika dicermati dalam *Tafsīr al-Marāghī*, secara garis besar metode yang digunakan Mustafa al-Maraghi dalam menafsirkan ayat-ayat Alquran menggunakan metode tafsīr al-

<sup>100</sup>Samsurrohman, *Pengantar Ilmu Tafsir*, 118.

taḥlīlī. Metode ini dapat berbentuk *tafsīr bi al-naqli* dan *tafsīr bi al-‘aqli*, dengan ciri-ciri ayat-ayat Alquran ditafsirkan sesuai urutan tertib mushaf.

Hal ini selaras dengan pendekatan bentuk penafsiran Mustafa al-Maraghi yang menafsirkan ayat-ayat Alquran dengan bentuk *bi al-naqli* dan *bi al-aqli* dengan penyusunan sistematis yang sesuai tertib mushaf dari surah al-Fātiḥah hingga surah an-Nās.

### 3) *Gaya Penjelasan*

Gaya penjelasan dalam *Tafsīr al-Marāghī* dikategorikan menggunakan *Muqarin*. Dalam menafsirkan ayat-ayat Alquran Mustafa al-Maraghi seringkali mengutip penafsiran-penafsiran dari mufassir terdahulu dan beberapa pemikiran ilmuwan.<sup>101</sup>

### 4) *Keluasan Penjelasan*

Dalam keluasan penjelasan tafsir ini menggunakan metode *Itnabi Tafsily*, karena terdapat penjelasan adanya pemenggalan ayat atau lafadz yang kemudian satu persatu diuraikan secara terperinci dan jelas.<sup>102</sup>

### c. *Corak Penafsiran*

Jika diamati berdasar orientasi pembahasan serta gaya bahasanya, corak penafsiran dalam *Tafsīr al-Marāghī* menggunakan

---

<sup>101</sup>Fithrotin, “Metodologi dan Karakteristik, 115.

<sup>102</sup>Ibid., 116.

metode al-Adābi al-Ijtimā'ii, sebab diuraikan dengan bahasa yang sarat dengan penjelasan kehidupan masyarakat.<sup>103</sup>

Menurut M. Quraish Shihab, Mustafa al-Maraghi dalam menafsirkan Alquran mengikuti corak yang digagas oleh Muhammad Abduh, yakni *al-Adābi al-Ijtimā'i*.

d. *Sistematika Penfsiran*

Kitab ini disusun dalam 30 jilid. Setiap jilid terdiri satu juz Alquran. Dan kitab tafsir ini mulai diterbitkan pada tahun 1365 H, yang bertepatan pada tahun baru Hijriyah. Adapun sistematika dalam *Tafsīr al-Marāghī* telah diungkapkan oleh Mustafa al-Maraghi dalam mukaddimah tafsirnya, yakni sebagai berikut<sup>104</sup>:

- 1) Menampilkan tafsiran ayat-ayat Alquran satu, dua, atau lebih.
- 2) Penjelasan kosa kata yang dianggap sulit (*tafsīr al-mufradat*).
- 3) Penguraian ayat secara global (*ijmāli*).
- 4) Penguraian ayat secara terperinci (*tafsily*).
- 5) Menampilkan bahasan asbab al-nuzūl jika terdapat riwayat shahih dari hadits yang menjadi pegangan para mufassir.

Selain itu, ada pula beberapa kriteria tersendiri dalam kitab *Tafsīr al-Marāghī*, diantaranya:

- 1) Tidak menampilkan istilah kebahasaan, seperti ilmu Balagha, ilmu Nahwu dan ilmu Sharaf. Namun, Mustafa al-Maraghi mengakui

---

<sup>103</sup>Ali as-Sahbuny, *Kamus al-Qur'an: Quranic*, 360.

<sup>104</sup>Al-Maraghi, *Tafsīr al-Marāghī* Juz I, 17-22.

bahwa ilmu-ilmu kebahasaan tersebut harus dimiliki oleh seorang mufassir sebab memiliki peran penting dalam dunia tafsir.

- 2) Menggunakan gaya bahasa yang mudah dicerna. Hal ini, Mustafa al-Maraghi lakukan karena kerangka berfikir masyarakat akan selalu terus berkembang.
- 3) Adanya penyaringan cerita-cerita *isra'iliyyat* yang tidak bertentangan dengan prinsip agama. Dalam hal ini, Mustafa al-Maraghi sangat selektif dalam pemilihan cerita-cerita *isra'iliyyat*.

#### **B. Penafsiran QS. Maryam Ayat 25 Perspektif Mustafa al-Maraghi**

Kurma dalam tafsir al-Maraghi dijelaskan sebagai kurma yang matang yang enak dimakan diberikan dengan cara kejaiban oleh Allah ketika Maryam hendak melahirkan. Dalam penjelasan tafsir al-Maraghi sesuai dengan kisah yang diceritakan dalam Alquran pada ayat 25:

وَهَزَيْنِي إِلَيْكَ بِجَذْعِ النَّخْلَةِ تُسْقِطُ عَلَيْكَ رَطْبًا جَنِيًّا

Dan goyangkanlah pangkal pohon kurma itu ke arahmu, niscaya pohon itu akan menggugurkan buah kurma yang masak kepadamu.<sup>105</sup>

Mustafa al-Maraghi memberikan keterangan pada masa kehamilan Maryam, Alquran tidak menjelaskan lama masa kehamilan. Bisa dikatakan lamanya Maryam hamil, sebagaimana lamanya yang biasa dialami oleh ibu hamil lainnya. Kecuali jika ada bukti yang menetapkan lain.<sup>106</sup>

<sup>105</sup>Al-Quran, 19:25.

<sup>106</sup>Al-Maraghi, *Tafsīr al-Marāghī* Juz XVI, 75.





Maryam berada disekitar pohon ia diperintahkan oleh Tuhan untuk mencondongkan pohon kurma seraya menarik dan kemudian terjatuh buah kurma yang matang dan layak dipetik untuk dimakan oleh Maryam.<sup>110</sup>

Pada sisi lain sebenarnya pohon kurma yang berada disekitar Maryam merupakan pohon kurma yang kering dan tidak mungkin berbuah secara nalar akal manusia dikarenakan pada saat itu sedang musim dingin dimana kurma bukan musimnya berbuah. Kemudian kuasa Tuhan menjadikan kurma tersebut layak berbuah dan seketika berbuah bahkan dengan buah yang matang sehingga buahnya dengan mudah didapatkan oleh Maryam dengan hanya sekedar menggoyangkan pohonnya serta mengkonsumsi buah kurmanya.

Al-Maraghi pada tafsirnya juga menyebutkan bahwa hal tersebut juga menunjukkan bahwa Tuhan Maha Kuasa untuk menjadikan pohon kurma kering seketika berbuah dan menjadikan Maryam hamil tanpa sunah-sunah yang biasa.

Dilanjut dengan ayat.<sup>111</sup>

فَكُلِّي وَأَشْرِبِي عَيْنًا فِيمَا تَرَيْنِ مِنَ الْبَشَرِ أَحَدًا فَقُولِي إِنِّي نَذَرْتُ لِلرَّحْمَنِ صَوْمًا فَلَنْ  
أَكْلِمَ الْيَوْمَ إِنْسِيًّا

Penafsiran al-Maraghi terkait surat Maryam ini cukup detail khususnya terkait buah kurma. Yang ditafsirkan buah kurma yang dimakan maryam pada saat itu serta manfaat memakan kurma juga dijelaskan. Pada tafsir al-Maraghi dijelaskan bahwa “*Condongkanlah pohon kurma kepadamu lalu tariklah dengan*

<sup>110</sup>Al-Maraghi, *Tafsir al-Marāghi* Juz XVI, 76.

<sup>111</sup>Ibid., 77.

*gerakannya (dengan cara menggoyangkan), niscaya pohon kurma itu akan menjatuhkan buah yang sudah matang (layak dipetik) untuk kamu makan”.*

Ibnu Katsir menyampaikan maqolah Amr bin Maimun di dalam tafsirnya, *“Tidak ada sesuatu yang lebih baik bagi perempuan nifas kecuali kurma kering dan kurma basah”*.<sup>112</sup>

Dokter Muhammad al-Nasimi dalam kitabnya, *Al-Thibb Al-Nabawi wa ‘Ilmi Hadits* mengatakan, *“Hikmah dari surah Maryam ayat 25 yang mulia ini secara kedokteran adalah perempuan hamil yang akan melahirkan itu sangat membutuhkan minuman dan makanan kaya akan unsur gula, hal ini karena banyaknya kontraksi otot-otot Rahim ketika mengeluarkan bayi, terlebih lagi apabila hal itu membutuhkan waktu yang lama. Kandungan gula dan vitamin B1 sangat membantu untuk mengontrol laju gerak Rahim dan menambah masa sistolnya (kontraksi jantung ketika darah dipompa ke pembuluh nadi). Dan kedua unsur itu banyak terkandung dalam ruthab (kurma basah). Kandungan gula dalam ruthab sangat mudah untuk dicerna dengan cepat oleh tubuh”*.<sup>113</sup>

Dalam tafsir al-Maraghi juga dijelaskan bahwa pohon kurma yang berbuah tersebut sebenarnya adalah pohon yang kering tidak berkepala (tidak berdaun) bahkan tidak berbuah dikarenakan pada saat itu adalah musim dingin. Lalu seketika Allah menjadikan buah itu berkepala, berdaun serta berbuah bahkan dengan buah yang langsung matang seketika itu juga. Hal tersebut menjadikan isyarat bahwa jika Tuhan saja bisa menjadikan pohon kurma yang awalnya kering

<sup>112</sup>Ibnu Katsir al-Dimasqi, *Tafsir Al-Quran* Juz V, 197.

<sup>113</sup>Ibnu Eman Al-Cidadapi, *Ramuan Herbal ala Thibun Nabawi: Mengupas Pengobatan Herbal di Dalam Tribun Nabawi*, (Jakarta: Putra Ayu, 2016), 82.

Berbeda halnya dengan tafsir lain seperti Tafsir al-Nawawi, Tafsir al-Jalalain, Tafsir al-Sa'adi dimana tafsir-tafsir lain seperti yang sudah disebutkan tidak menafsirkan secara khusus buah kurma yang terdapat pada surat Maryam. Mereka hanya menafsirkan secara tafsir mufradat artinya tidak menafsirkan manfaat buah kurma bagi ibu hamil berbeda dengan al-Maraghi yang menafsirkan kata *Nakhlah* bukan sebatas ditafsirkan sebagai buah kurma yang matang melainkan juga dijelaskan sedikit terkait manfaat kurma yang bisa memudahkan proses persalinan serta baik untuk ibu hamil. Namun meski tafsir yang tidak menjelaskan secara detail terkait tafsir mufradat *al-nakhl* disana juga sedikit dijelaskan bahwa kurma matang memiliki manfaat. Dari sini tentu sudah jelas bahwa tidak ada perbedaan antara tafsir al-Maraghi dengan tafsir yang lain terkait kurma yang ditafsirkan memiliki manfaat untuk ibu hamil.

<sup>114</sup>Al-Maraghi, *Tafsīr al-Marāghī* Juz XVI, 76.



Dari sekian banyak penyebutan buah kurma pada surah-surah dalam Alquran namun hanya pada surah Maryam-lah penyebutan buah kurma yang disertai dengan azbab al-nuzul dan penjelasan manfaatnya yaitu pada surah Maryam.

فَاجْأَهَا الْمِحَاضُ إِلَى جِذْعِ النَّخْلَةِ قَالَتْ يَلَيْبِنِي مِثُّ قَبْلِ هَذَا وَكُنْتُ نَسِيًا مَنَسِيًّا

Kemudian rasa sakit akan melahirkan memaksanya (bersandar) pada pangkal pohon kurma, dia (Maryam) berkata, “Wahai, betapa (baiknya) aku mati sebelum ini, dan aku menjadi seorang yang tidak diperhatikan dan dilupakan.”

### Surah Maryam ayat 25:

وَهَزَيْتَنِي إِلَيْكَ بِجَذْعِ النَّحْلَةِ تُسْقِطُ عَلَيْكَ رُطْبًا خَمِيئًا

Dan goyangkanlah pangkal pohon kurma itu ke arahmu, niscaya pohon itu akan menggugurkan buah *Ruthab* (kurma matang) yang masak kepadamu.

Pada ayat 23, al-Maraghi menafsirkan bahwa rasa nyeri saat hendak melahirkan menjadikan Maryam terpaksa bersandar kepada batang pohon kurma, dengan maksud dapat melaksanakan proses

persalinan dengan mudah. Sebagaimana riwayat yang menjelaskan bahwa pohon-pohon kurma tersebut berada jauh dari pemukiman warga. Sebagaimana riwayat yang menjelaskan bahwa pohon-pohon kurma tempat Maryam melahirkan berada jauh dari pemukiman warga. al-Maraghi dalam kitab tafsirnya juga menyebutkan bahwa pohon kurma yang berbuah tersebut sebenarnya adalah pohon yang kering tidak berkepala (tidak berdaun) bahkan tidak berbuah dikarenakan pada saat itu adalah musim dingin. Lalu seketika Allah menjadikan buah itu berkepala, berdaun serta berbuah bahkan dengan buah yang langsung matang seketika itu juga. Hal tersebut menjadikan isyarat bahwa jika Tuhan saja bisa menjadikan pohon kurma yang awalnya kering lalu menjadi pohon yang segar bahkan seketika berbuah dan buahnya seketika itu juga matang maka Allah pun juga kuasa menjadikan Maryam hamil meski tanpa suami. Lalu pada lanjutan ayat setelahnya terdapat ayat perintah untuk Maryam supaya memakan buah kurma dan meminumnya.

Penafsiran terkait khasiat buah kurma tidak terjadi perbedaan diantara berbagai ulama, bahkan Ibnu Katsir juga menjelaskan bahwa buah kurma merupakan makanan terbaik bagi perempuan nifas.

## 2. *Khasiat Buah Kurma Berdasar Arahan Rasul*

وَعَنْ سَلْمَانَ بْنِ عَامِرٍ الضَّبِّيِّ الصَّحَابِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: إِذَا أَفْطَرَ أَحَدُكُمْ فَلْيُفْطِرْ عَلَى تَمْرٍ، فَإِنْ لَمْ يَجِدْ فَلْيُفْطِرْ عَلَى مَاءٍ فَإِنَّهُ طَهُورٌ.











## B. Saran

Karya penulis ini tentu sangatlah jauh dari kata “sempurna” apalagi tema terkait buah kurma sarat akan pengetahuan yang luas. Penulis berharap kedepannya akan ada penelitian lanjutan terkait tema dan sub tema sesuai yang penulis lakukan. Sehingga dapat menjadi pelengkap serta dapat menutupi kekurangan materi dari karya penulis ini.

Dengan berbagai keterbatasan yang penulis memiliki penulis menyadari bahwa karya ini bukanlah satu-satunya karya dan bukanlah titik akhir dari materi terkait khasiat buah kurma perspektif Imam al-Maraghi. Untuk itu penulis berharap kritikan dan masukan dari para pembaca untuk selanjutnya dapat penulis jadikan acuan untuk memperbaiki tulisan ini. Yang terakhir penulis berharap tulisan ini dapat memperkaya sarana ilmu pengetahuan dan dapat bermanfaat bagi semua kalangan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aizid, Rizem. *Ajak Aku Ke Surga, Ibu!*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo. 2018.
- Ali Ja'far, Musa'id Muslim. *Manāhij al-Mufasssirūn*. TK: Dar al-Ma'rifah. 1980.
- Anisyarah, *Gambaran Konsumsi Sari Kurma Terhadap Kemajuan Proses Persalinan Di Puskesmas Kecamatan Pancoran Jakarta Selatan*. Laporan Tugas Akhir, Politeknik Kesehatan Jakarta, Jurusan Kebidanan. 2017.
- Aprilia, Yusie. *Panduan Praktis Persalinan yang Nyaman dan Minim Trauma*. Jakarata: Gramedia Pustaka Utama. 2017.
- Astuti, Lisda. "Belajar Dari Proses Kelahiran Isa Putra Maryam", <http://www.dakwatuna.com/2016/08/23/82302/belajarproseskelahiranisaputra-maryam/#ixzz6COAjo800>. (Diakses 22 Januari 2020).
- al-Baghawi, Muhyi al-Sunnah Abi Muhammad ibn al-Husain ibn Mas'ud bin Muhammad bin al-Fara. *Tafsir Ma'alim al-Tanzil* Juz IV. Riyadh: Dar Thayyibah li Nasyr wa al-Tawji. 1998.
- Baharuddin. *Paradigma Psikologi Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2004.
- Budiana. *Buah Ajaib Tumpas Penyakit*. Jakarta Timur: Penebar Swadaya. 2013.
- Al-Cidadapi, Ibnu Eman. *Ramuan Herbal ala Thibun Nabawi: Mengupas Pengobatan Herbal di Dalam Tribun Nabawi*. Jakarta: Putra Ayu. 2016.

al-Dimasqi, Imam al-Hafiz Imad al-Din Abi Fada' Ismail ibn Umar ibn Katsir.

*Tafsir Al-Quran al-‘Azhim* Juz V. Beirut: Darul al- Kutub. 1997.

Ernawati, Lia. *Khasiat Tokher Madu dan Kurma*. Yogyakarta: Laksana. 219.

Fanani, Muhyar. *Metode Studi Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2008.

Febry, Ayu Bulan dkk. *Ilmu Gizi untuk Praktisi Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu. 2013.

Fithrotin, Desember 2018, “Metodologi dan Karakteristik Penafsiran Ahmad Mustafa al-Maraghi Dalam Kitab Tafsir al-Maraghi (Kajian Atas QS. Al-Hujurat Ayat 9)” *al-Furqan: Jurnal al-Qur'an dan Tafsir* Vol. 1 No. 2, 113, <https://ejournal.iaitabah.ac.id/index.php/Alfurqon/article/view/289/233>. (Diakses 2 Maret 2020).

Gunawan, Imam. *Metode Penelitian Kualitatif: Teori dan Praktik*. Jakarta: Bumi Aksara. 2013.

Hakim, M. Saifuddin dkk. “Antara Tawakal dan Pengobatan”. Majalah: Kesehatan Muslim, Edisi III. 2013.

Halodoc.com. “Sehat Untuk Ibu Bermanfaat Bagi Anak, Ini Manfaat Kurma Untuk Ibu Menyusui. <https://www.halodoc.com/ketahui-manfaat-luar-biasa-kurma-untuk-ibu-menyusui>. (Diakses 22 Februari 2020).

Ichwan, Muhammad Noor. *Memasuki Dunia Alqur'an*. Semarang: Lubuk Raya.  
2001.

Id.oxforddictionaries.com. “Menulis Tinjauan Pustaka dalam Karya Ilmiah: Apa, Mengapa dan Bagaimana”. <https://id.oxforddictionaries.com/tata->



bahasa/menulis-tinjauan-pustaka-dalam-karya-ilmiah-apa-mengapa-dan-bagaimana. (Diakse 1 November 2019).

Iqbal, Muhaimin. “Buah Dalam Al-Quran”  
<https://www.hidayatullah.com/kolom/ilahiyahfinance/read/2016/01/23/87905/buah-dalam-al-quran.html>. (Diakses 1 November 2019).

al-Iyazy, Muhammad Ali. *alMufasssirūn Ḥayatuḥuum wa Manḥaajuhum fī al-Tafsīr*. Teheran: Wazīqaaf al-Irshaad al-Islamiyah. 1414 Hijriyah.

al-Jauziyyah, Ibnu Qayim. *al-Thibbi an-Nabawi Fi Dhauil Ma’arif al-Thibbiyyah wa al-‘Ilmiyyah al-Haditsah*. ditakhrij oleh Syaikh Abu Usamah Salim. Beirut: Maktabah al-Furqan. 1997.

Khuzaimah, Ibnu. *Shahih Ibnu Khuzaimah*. ter. Imran Rasyadi. Jakarta: Pustaka Azzam. 2008.

Kristiyanasari, al-Hilaly, Syaikh Salim bin Ied. *Shahih al-Thibb al-Nabawi fi Dhau’il Ma’arif al-Thabiyyah wa Ilmiyyah al-Haditsah*. TK: Maktabah al-Furqan. 1424 H.

Kusumah, Indraa. *Panduan Diet ala Rasulullah*. Jakarta Selatan: Qultum Media. 2007.

Maita, Liva. *Gizi Kesehatan Pada Masa Reproduksi*. Yogyakarta: Deepublish. 2019.

Mala, Faiqotul. *Otoritas Hadis-Hadis ‘Bermasalah’ Dalam Shahih Al-Bukhari*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo. 2015.

al-Maraghi, Abdullah Mustafa. *Ensiklopedia Ulama Ushul Fiqh Sepanjang Masa*. terj. Husein Muhammad. Yogyakarta: Diva Press. 2020.



- Rahayu, Minto. *Bahasa Indonesia di Perguruan Tinggi*. Jakarta: Grasindo. 2007.
- Revina, Pevi. “Makanan dan Minuman Penambah Energi Menjelang Melahirkan”.  
<https://bidanku.com/makanandanminumanpenambahenergimenjelangmelahirkan>. Bidanku.com. (Diakses 22 Januari 2020).
- Rostita. *Kurma: Khasiat dan Keajaiban*. Bandung: PT Mizan Pustaka. 2009.
- as-Sahbuny, Ali. *Kamus al-Qur'an: Quranic Explorer*. Jakarta: Shahih. 2016.
- Samsurrohman. *Pengantar Ilmu Tafsir*. Jakarta: Amzah. 2014.
- Sumiyati. *Biologi Reproduksi untuk Bidan*. Jakarta: Trans Info Media. 2011.
- Sari, Nia Lara. “Penelitian: Rutin Makan Kurma Saat Hamil Tua Bantu Memperlancar Persalinan”. <https://id.theasianparent.com/manfaat-kurma-untuk-ibu-hamil-tua>. (Diakses 20 Maret 2020).
- Siti Fauziyah dan Sutejo. *Keperawatan Maternitas Kehamilan*. Jakarta: Kencana. 2012.
- Satuhu, Suyanti. *Kurma Khasiat dan Olahannya*. Depok: Penebar Swadaya. 2010.
- Trubus, Redaksi. *Herbal Dari Kitab Suci*. Depok: PT Trubus Swadaya. 2013.
- Waluya, Bagja. *Sosiologi: Menyelami Fenomena Sosial di Masyarakat*. Bandung: Setia Purna. 2007.
- Weni. *Gizi Ibu Hamil*. Yogyakarta: Nuha Medika. 2010.
- Winaris, Imam Wahyu. *Sehat dan Bugar Selama Hamil dan Pasca Melahirkan*. Yogyakarta: Laksana. 2018.
- Wirakusumah, Emma Pandi. *Sehat Cara Al-Qur'an dan Hadis*. Jakarta Selatan: PT Mizan Publika. 2010.

